

خطاهای شایع فرزند پروری



انتشارات کمیته ملی - اجرای آموزش و ارتقای سلامت (۵۵۳)

پیام های هیجانی

بسیاری از وقت ها، والدین در مورد کودک کلمه ها یا جمله هایی را به کار می برند که تمامیت وجودی او را زیر سوال می برد و می تواند انواع احساس های منفی را در او بیدار کند. والدین به جای اینکه به طور مشخص در مورد رفتار کودک قضاوت کنند درباره خصوصیت های شخصیتی یا اخلاقی او نظر می دهند. در این شرایط کودک به دلیل احساس خجالت، یا گناهی که پیدا می کند ممکن است دستوری را که به او داده اند انجام بدهد اما در دراز مدت از این احساس های ناخوشایند آزار می بیند و احتمال همکاری و فرمان برداری اش کم می شود. برای مثال وقتی پدر کودک را بی عرضه، تنبل، احمق، ترسو و... خطاب می کند یا مادر بگوید: خوب شد خاله ات ندید چیکار کردی، وگرنه پاک از چشمش می افتادی یا این جوری که تو حرف زدی دیگه آبرو واسه خودت نگذاشتی!!!

منابع:

مهارت های فرزندپروری برای کودکان ۲-۱۲ سال
شهریور - عربگل - شوشتری - آشتیانی - ۱۳۹۳

تهیه و تنظیم: لادن محمدی زاده، کارشناس سلامت روان، اجتماعی، اعتیاد و الک

تله نردبانی

گاهی کودک خواسته نامطلوبی دارد که والدین ابتدا با آن مخالفت می کنند اما وقتی کودک برای رسیدن به این خواسته از رفتارهای نامطلوب دیگری مانند اصرار، گریه، قشقرق و... استفاده می کند، پدر یا مادر کوتاه می آیند و با خواسته کودک موافقت می کنند. در این ماجرا کودک یاد می گیرد با تداوم در رفتارهای نامطلوب می تواند والدین را راضی کند یا شکست بدهد زیرا تحمل آنان در برابر واکنش های کودک محدود به نظر می رسد. مثال: کودک از شما خواسته وقتی از سرکار بر می گردید سر راه برایش پیلتزا بخرید و شما مخالفت کرده اید. او ۵ بار به شما تلفن می زند و درخواستش را به شکل های مختلف تکرار می کند. شما هم چون برای انجام کار تمرکز لازم دارید و می خواهید دیگر مزاحم نشود قول می دهید پیلتزا بخرید و بنابراین با این که راضی نیستید این کار را انجام می دهید.



توجه اتفاقی به رفتارهای نامطلوب

بسیاری از اوقات والدین به صورت اتفاقی و بدون قصد به رفتار نامناسب کودک توجه نشان می دهند و باعث می شوند آن رفتار تقویت گردد. وقتی این رفتار ادامه پیدا می کند خود به نوعی مشکل برای خانواده تبدیل می شود. به عنوان مثال: پای کودک به طور اتفاقی به پای شما می خورد. شما می خندید و می گوید: من رو می زنی؟ الان میام می گیرم. شما این کار را به یک بازی مهیج تبدیل می کنید. کودک سعی می کند باز هم با پایش به پای شما بزند تا با او بازی کنید اما پس از چند بار تکرار، این رفتار از نظر شما نامطلوب و نوعی مزاحمت و یا بی تربیتی قلمداد می شود.

دستورهای نادرست

اگر دستورهایی که والدین به کودکان می دهند مبهم، نامشخص، بی موقع، متعدد، ناعادلانه و غیرقابل پیگیری باشند احتمال نافرمانی و زیر پا گذاشتن قانون افزایش می یابد. مثال: داریم می ریم فروشگاه، اونجا مثل بچه آدم رفتار می کنی ها!

خطاهای شایع فرزندپروری

بی توجهی به رفتارهای مطلوب کودکان

به تدریج که کودکان رشد می کنند و بزرگ تر می شوند بسیاری از رفتارهای خوب آنان از نظر والدین دور می مانند زیرا این رفتارها بی سر و صدا انجام می شوند، کم اهمیت به نظر می رسند، عادی می شوند، کمتر از انتظار هستند، وظیفه تلقی می شوند، یا در مقایسه با دیگران ناچیز جلوه می کنند. این موضوع باعث می شود کودکان احساس کنند پدر و مادر برای این رفتارها ارزش قائل نیستند و آنها را مورد تایید و حمایت قرار نمی دهند. مثال: کودک شما نزد شما می آید و می گوید مامان نقاشیمو ببین قشنگ شده؟ شما می گوید: حالا نقاشی رو ول کن، باید بریم دوش بگیری، فردا دیگه من فرصت ندارم ببرم حمام!!!



فرزندپروری چیست؟

فرزندپروری مجموعه دانش و مهارت های تربیت کودکان به روشی سازنده و غیر مخرب است. راهی برای این که توانایی ها و مهارت های آنان را رشد دهیم و مشکلات رفتاریشان را اداره کنیم. بنابراین هدف اصلی از تربیت کودکان، آوردن افرادی مستقل، توانمند، مسئول و با اعتماد به نفس است که از رشد اخلاقی و اجتماعی مناسب برخوردار می باشند. برای بزرگ کردن کودکان، ما به یک نظام انضباطی نیاز داریم که بتوانیم قاطعانه به کار ببریم، با این کار به فرزندانمان می آموزیم مسئولیت رفتار خود و پیامد آن ها را بپذیرند، به نیازها و عقاید دیگران توجه کنند، و یاد بگیرند رفتارها و هیجان های خودشان را کنترل کنند. اگر رفتار و واکنش های ما قابل پیش بینی و با ثبات باشد کودکان تکلیف خود را بهتر متوجه می شوند و راحت تر با انتظارات و محدودیت های ما کنار می آیند. انضباط قاطع یعنی وقتی کودک رفتار نادرستی انجام می دهد مصمم رفتار کنیم، ثبات عمل داشت باشیم، به سرعت در برابر رفتارش پاسخ نشان بدهیم.